

JOUPCHA

le **JOU**rnal de votre **P**harmacien à la Pharmacie du **CHA**teau à Beaumont sur Oise.



Vitrine Tableau ñLe Puzzleò dôElise et Grégory

Nos horaires : Lundi : 14h30-19h15
Mardi : 9h - 12h15 14h30-19h15
Mercredi : 9h - 12h15 14h30-19h15
Jeudi : 9h - 12h15 14h30-19h15
Vendredi : 9h - 12h15 14h30-19h15
Samedi : 9h - 12h15 14h30-18h30
Fermé le Dimanche.
Tél : 01 34 70 00 32 et 01 78 86 17 33.

Faxez vos ordonnances au 01 34 70 02 63.

La pharmacie vous souhaite une bonne journée.

N°5-20 mai 2011

A/ Sièges auto pour enfants

Que choisir 483 - juil août 2010 + internet www.tc.gc.ca (transport routier canadien).

Un choc à 50 km/h équivaut pour un enfant à une chute du 3e étage. Selon la sécurité routière, plus de 60% des parents attachent leur enfant dans un siège inadapté à lôâge ou appliquent mal les consignes dôutisation. Plusieurs précautions :

1/ toujours utiliser la notice (bien la conserver) car chaque siège est spécifique et même des experts se trompent.

2/ toujours attacher les enfants, quelque soit la distance.

3/ lors de lôachat, DEMANDEZ une démonstration dôutilisation et nôachetez que des sièges homologués R44-04 (vérifiez sôil existe une nouvelle norme sur internet avant lôachat).

4/ choisissez un siège adapté à la morphologie de lôenfant (surtout pas trop grand, histoire de gagner quelques années avant lôachat suivant). Le passage des sièges 0+ et 0+/1 au groupe supérieur est impératif dès que la tête de lôenfant commence à dépasser du volume de protection de la coque.

5/ Pour les sièges des groupes 1/2/3, les réhausseurs sans dossier sont déconseillés car ils ne protègent pas en latéral, ni en cas de choc arrière, en outre, la ceinture de sécurité nôest pas guidée sur lôépaule de lôenfant (risque de cisaillement du cou).

6/ Evitez les matériels dôoccasion, un choc antérieur peut avoir endommagé le siège, sans laisser de traces visibles à lôextérieur. A moins que vous ne connaissiez bien le vendeur (pour quôil ne mente pas sur des chocs antérieurs), que vous ayez la notice dôutilisation, que vous ayez bien tous les accessoires, quôil nôa jamais servi dans une collision, quôil nôest pas périmé et ne date pas de plus de 10 ans, quôil nôa pas de marques de décoloration (fatigue) ni de fissures et que le harnais nôest ni usé ni déchiré.

7/ En cas dôachat dôun siège Isofix, sôassurer que le modèle sôadapte à tous les véhicules.

8/ Conserver le manuel dôutilisation à portée de main pour installer correctement le siège.

9/ Sôassurer que le siège est solidement collé à la banquette (les mouvements avant/arrière et latéraux doivent être minimes).

10/ Toutes les parties de la ceinture de sécurité doivent être tendues et sans torsion.

11/ La distance entre le harnais (lorsquôil existe) et lôenfant ne doit pas être supérieure à la largeur de deux doigts.

12/ Vérifier que la partie ventrale de la ceinture de sécurité adulte (pour les groupes 2/3) passe bien au niveau des hanches de lôenfant et non de lôabdomen.

13/ Sôassurer régulièrement que lôenfant est bien attaché, notamment quôil nôa pas passé les bras en dehors du harnais ou de la ceinture de sécurité. Que la ceinture nôest pas tordue.

14/ Expliquez à lôenfant que côest important pour sa sécurité, le plus souvent possible (pour éviter quôil ne se détâche).

15/ Vérifiez toujours la température du siège avant dôy installer lôenfant (risque de brûlure).

16/ Vérifiez que la ceinture sous-abdominale (partie sous le ventre) passe bien bas et bien serrée sur les hanches (jamais sur le ventre car il y a risque de blessure grave comme la colonne vertébrale brisée, les organes vitaux internes gravement endommagés _il nôy a pas dôos pour absorber la force de lôimpact_).

17/ Placez la ceinture diagonale au-dessus des épaules et en travers de la poitrine (jamais contre le cou, jamais sous le bras : dans ce dernier cas, en cas de collision, il y aura des blessures graves au coeur, aux poumons...).

NB : a/ les appuis-têtes doivent être au niveau des oreilles;

b/ au Canada, on recommande que si possible, lôenfant soit à lôarrière jusquôà 13 ans;

c/ nôattachez jamais deux enfants avec la même ceinture et ne placez jamais la ceinture diaonale derrière le dos de lôenfant.

d/ donnez lôexemple à votre enfant en bouclant toujours votre ceinture.

NB : Au Canada, à titre dôexemple (mais il vaut mieux suivre les recommandations du siège car celles-ci changent souvent).

a/ Nourrisons : de la naissance jusquôà 9kg : siège tourné vers lôarrière, loin des sacs gonflables.

b/ Tout-petits : de 9 à 18 kg : siège tourné vers lôavant, à utiliser avec une sangle.

c/ Age préscolaire jusquôà 8 ans : siège dôappoint avec les ceintures diagonale et ventrale.

d/ Enfants plus grands : lorsque lôenfant peut sôadosser au siège du véhicule, plier ses genoux confortablements sur le rebord de la banquette, et que la ceinture diagonale repose à plat sur son épaule et sa poitrine, il peut utiliser la ceinture de sécurité du véhicule. La ceinture doit passer sur lôépaule et le mileu de la poitrine de lôenfant (et non sur le cou ou le visage) et que la ceinture sous-abdominale passe sur les hanches (pas sur lôestomac).

B/ Plus d'un million de médicaments contrefaits saisis dans 45 pays, dont la France

Le Quotidien du Médecin - 14 octobre 2010, Le Parisien - 2010

L'organisation de police internationale, Interpol, a annoncé la saisie de plus d'un million de médicaments contrefaits après une série de missions menées du 5 au 12 octobre, dans quarante-cinq pays, notamment la France, la Belgique, le Canada, la Suisse, mais aussi Cuba, la Russie ou la Thaïlande. Le montant de ces saisies est évalué à environ 2,6 millions de $ (1,86 million d'euros). 290 sites de vente de médicaments contrefaits ont été fermés au terme de cette opération. Il n'y a pas de législation qui criminalise les contrefaçons de médicaments sur Internet. Les produits saisis en France sont essentiellement des spécialités indiquées dans les

troubles de l'érection, mais aussi des produits utilisés pour accroître les performances des sportifs.

C/ Plateforme Cancer info, regroupant 28 associations dont la Ligue nationale contre le cancer, lõInstitut national du cancer : 0810 810 821 www.e-cancer.fr/cancer-info

D/ Le secret professionnel, notamment en Pharmacie :

a/ Code pénal, art 226-13 : il concerne tout le personnel d'une entreprise (notamment de la pharmacie) et toute personne externe effectuant une mission temporaire dans l'entreprise; les sanctions sont de un an de prison et 15 000 euros d'amende.

b/ Code de la Santé, art R 5015-5 : Tout pharmacien doit veiller à ce que ses collaborateurs soient informés et se conforment au secret professionnel.

E/ On nous parle beaucoup d'assurance maladie privée. Cela marche-t-il mieux ? (Source Conseil de l'Ordre - Bulletin déc. 1998)

a/ aux Etats-Unis, les coûts administratifs représentent environ 10% des soins contre 4 à 6% en France. Cela a même dû baisser en France depuis la transmission informatique des données administratives.

b/ en Suisse, dans 8 cantons sur 21, des assurés sociaux ont été privés de leur assurance maladie et ont dû en chercher une autre. En effet, leur assureur a trouvé que, dans ces cantons, les personnes étaient trop âgées et que les assurer n'était plus intéressant.

F/ Analyser un accident du travail : c'est important pour éviter qu'il ne se répète. Seule l'analyse d'un accident met en évidence un défaut d'organisation ou de protection. Une fois identifiée la cause, on peut apporter une solution pour que l'accident ne se répète pas. Chacun, témoins et encadrement, doit répondre du mieux possible à cette enquête, dont le but n'est pas de rechercher un coupable mais la prévention. La solution ne sera pas forcément onéreuse. Il est aussi important d'analyser un simple incident (événement peu grave), car un incident est un accident où on a eu de la chance.

G/ Danger Soleil : il faut se protéger des UV.B mais aussi des UV.A maintenant reconnus des mêmes risques de cancers, de vieillissement de la peau.... La protection nécessite une crème solaire d'indice élevé en quantité suffisante : un adulte d'1m70, de 65 kg devrait utiliser un tube de 100ml de crème solaire en 3 fois. Mais souvent la quantité qu'il met transforme l'indice du tube : par exemple un indice 50 devient un indice 2,7.

H/ Dangers de l'ecstasy : les analyses de différents comprimés montrent des différences importantes en dose et en substances présentes. La dose peut varier de 1 à 20. A côté du MDMA (=ecstasy), on trouve des dérivés et des anabolisants (testostérone...), de l'aspirine, de la caféine, des antipaludéens. Ceci montre qu'on n'est pas à l'abri d'absorber des substances indésirables et toxiques. Certains ne contiennent rien d'actif. On a identifié plus de 250 types différents (la présence d'un logo n'étant pas une assurance). Il a été proposé des réactions chimiques pour identifier les différents types, mais cela ne constitue pas plus une assurance.

Sa réputation de faible danger est fausse. On constate d'abord une bouche sèche, une accélération du rythme du coeur, une diminution de l'appétit, une perte brutale de connaissance, des convulsions. Puis fièvre, augmentation de la tension puis chute de tension, rigidité, problème sanguin (coagulation), insuffisance rénale aiguë, perte de sodium, attaques de panique, crises paranoïaque, dépression, suspicion d'infarctus cérébral et d'hémorragie cérébrale. Des décès se sont produits après la prise d'un seul comprimé ou après plusieurs prises sans problème. Après un délai inconnu, des études chez le singe montre un risque de toxicité pour les nerfs du cerveau. On observe une atteinte du foie allant peu à peu à la cirrhose.

I/ Bricolage et protection : Nous sommes de plus en plus nombreux à bricoler. Les produits utilisés sont de moins en moins toxiques mais de plus en plus nombreux. Pensez à lire toutes les précautions d'emploi sur chaque boite. Notamment, pensez aux masques et aux gants jetables, disponibles chez nous, à un prix très très intéressant en temps normal et en promotion actuellement.

J/ Vite, vite, vite en voiture : Le saviez-vous, la vitesse moyenne de chaque français sur 1 an est de 30 km/h. Cela veut dire qu'on peut rouler à 120 ou à 150 km/h ponctuellement, mais avec les embouteillages au départ et à l'arrivée, les feux rouges, les stops, les rond-points, la vitesse reste à 29 ou 30 ou 31 km/h. On a roulé très vite mais on a gagné peu de temps (moins de 5 minutes).

Vrai ou Faux : On ne gagne pas de temps en changeant de file de voitures dans un embouteillage.

K/ Le diabète et le pied : 25% des hospitalisations sont dues à un problème de pied (par suite des complications artérielles et nerveuses) : troubles de la cicatrisation, nécroses, diminution des perceptions... Il faut donc surveiller ses pieds. Toute coupure doit être désinfectée et soignée. On ne doit pas soigner soi-même des cors, durillons... Il faut aussi entretenir ses pieds, notamment avec la gamme Alkidia, testée à l'hôpital. Et faire appel à un pédicure spécialisé en diabétologie.

L/ Chaîne du froid en pharmacie : Nous rappelons à notre aimable clientèle que tout produit de la chaîne du froid (vaccins notamment) ne peut être repris dès quõil quitte la pharmacie, quelle quõen soit la raison. Cela nous est imposé par les ñBonnes pratiques de dispensationò, parus au Journal Officiel de la République Française. Ceci pour la sécurité de chacun.

M/ Herpès du visage : respect de sa famille, de ses amis, des autres.

Lõherpès est un virus : une fois transmis, cõest pour la vie. Si vous en êtes atteint, vous ne devez embrasser personne car vous faites un cadeau empoisonné pour la vie. Si vous contaminez une personne amoindrie (personne âgée ou cancéreuse ou en aplasie ou un bébé...), elle pourra faire une réaction très forte, éventuellement localisée à lõoeil (risque de perte de lõoeil : cõest une urgence hospitalière). Cela peut devenir très handicapant chez certaines personnes non déficitaires avec éruptions dõherpès à lõannée, en continu.

Le respect de lõautre, cõest de ne pas lõembrasser lors des poussées (risque maximum mais le risque de contamination peut exister aussi en-dehors des poussées).

Il existe un produit bien connu, objet de publicités à la télévision mais quõil convient dans lõidéal de conserver en réserve : on évite ainsi des résistances aux comprimés pour les cas plus graves. Il existe dõautres traitements aussi efficaces.

N/ Refus des génériques : La sécu peut demander un remboursement en cas de refus non justifié. Dõautre part, les économies faites éviteront dõautres déremboursements notamment à lõhôpital, les baisses dõhonoraires de tous les professionnels de santé (ce qui augmentera la pénurie des jeunes qui voudront faire ces métiers : à Beauvais, dõici 3 ans, 70 spécialistes partent en retraite et ne seront pas remplacés). Et les génériques sont souvent plus performants comme le Zyloric (dont la fabrication date de 30 ans); les progrès permettent dõavoir un générique beaucoup moins agressif pour lõestomac. Alors ne faut-il pas faire un effort ?

O/ Pour rire : Deux soeurs discutent : ñJõai vu maman hier. Comme elle est maladeò. - Oui, le médecin mõa dit quõelle est immunodéprimée. - Mais non, elle ne fait pas de déprime.

P/ Pour rire : - ñVite, vite ...Faites-moi une piqûre anti-britannique, Docteurò - ñVous voulez dire anti-tétaniqueò - ñNon, non. Je me suis blessé avec une clef anglaise.ò

Votre pharmacien à la pharmacie du Château à Beaumont / Oise et son équipe.